

御満足頂ける食事を **心** を込めて... /

**ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわっています！**

**別注文、幕内弁当、承ります！
 お電話ください！**



日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
9/1 (月)	・ミルフィーユ豚カツ ・プレーンオムレツ ・切り干大根煮 ・ねじり糸こんに ・その他		エネルギー：392kcal たんぱく質：14.5g 脂質：20.8g 炭水化物：37.5g 食塩相当量：4.1g
<p>中がミルフィーユで 美味しい！</p>			
9/2 (火)	・れんこん海老挟み揚げ ・大根の天ぷら ・ハンバーグ ・ソース焼そば ・その他		エネルギー：322kcal たんぱく質：12.0g 脂質：16.1g 炭水化物：33.5g 食塩相当量：3.0g
9/3 (水)	・チンジャオロース ・軟骨つくね黒酢 ・じゃが芋キッシュ風 ・枝豆天 ・その他		エネルギー：327kcal たんぱく質：11.2g 脂質：18.2g 炭水化物：23.7g 食塩相当量：1.6g
9/4 (木)	・肉厚メンチカツ ・パリッとウインナー ・ミートスパ ・佃煮 ・その他		エネルギー：449kcal たんぱく質：11.1g 脂質：18.4g 炭水化物：38.2g 食塩相当量：2.9g
<p>肉厚で 美味しい！</p>			
9/5 (金)	・チキンステーキ ・南瓜の天ぷら ・大根カニカマ酢 ・シューシー肉餃子 ・その他		エネルギー：303kcal たんぱく質：15.8g 脂質：11.9g 炭水化物：29.2g 食塩相当量：3.2g

仕入れの都合により一部変更場合があります

**ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわり、手間かけています！**

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
9/8 (月)	・豚ヒレカツ ・さつま揚げ ・ブロッコリー胡麻和え ・あみいか ・その他		エネルギー：331kcal たんぱく質：13.8g 脂質：11.2g 炭水化物：41.1g 食塩相当量：3.5g
9/9 (火)	・鶏もも唐揚げ ・ロースハム ・ちくわ旨煮 ・若布と胡瓜酢物 ・その他		エネルギー：431kcal たんぱく質：26.2g 脂質：25.3g 炭水化物：19.0g 食塩相当量：3.9g
<p>人気メニュー からあげ！</p>			
9/10 (水)	・他人丼風煮 ・肉シューマイ ・じゃが芋揚げ ・春雨炒め物 ・その他		エネルギー：416kcal たんぱく質：15.4g 脂質：18.8g 炭水化物：29.8g 食塩相当量：2.8g
<p>他人丼風煮 美味しい！</p>			
9/11 (木)	・サーモンフライ ・海鮮チヂミ焼 ・椎茸と里芋煮 ・ナポリタン ・その他		エネルギー：348kcal たんぱく質：14.4g 脂質：13.2g 炭水化物：35.3g 食塩相当量：4.1g
9/12 (金)	・のり塩サラダフラ イ ・ねぎ生姜オムレツ ・いわし塩焼き ・大根煮 ・その他		エネルギー：351kcal たんぱく質：14.8g 脂質：17.3g 炭水化物：25.1g 食塩相当量：3.9g

仕入れの都合により一部変更場合があります

大学推薦入試での合格を目指すなら【褒めて伸ばす個別指導、京進の個別指導スクール・ワン！】
 詳しくは「スクール・ワン」で検索♪



大阪府内38教室



協賛広告

